Работа с родителями

**Отношение к ребенку матерей с разным уровнем самооценки**

Самооценка - оценка личностью самой себя, своих возможностей, качеств и места среди других людей. Относясь к ядру личности самооценка является важнейшим регулятором её поведения. От самооценки зависят взаимоотношения человека с окружающими, его критичность, требовательность к себе, отношение к успехам и неудачам. Самооценка связана с уровнем притязаний человека, т. е. степенью трудности достижения целей, которые он ставит перед собой. Расхождение между притязаниями человека и его реальными возможностями ведёт к неправильной самооценке, вследствие чего поведение личности становится неадекватным (возникают эмоциональные срывы, повышенная тревожность и т.д.). Самооценка получает объективное выражение и в том, как человек оценивает возможности и результаты деятельности других людей. Самооценка -компонент самосознания, включающий наравне со знаниями о себе оценку человеком своих физических характеристик, способностей, нравственных качеств и поступков.

В наше время, коррекция самооценки является одной из наиболее востребованных потребностей личности. Адекватная самооценка личности матери ребенка - залог гармоничного развития личности самого ребенка!

После проведенного исследования, нами была разработана программа для матерей учащихся, по коррекции уровня заниженной и завышенной самооценки.

**Цель программы:** формирование адекватной самооценки матери, по отношению к своему ребенку.

**Задачи программы:**

* Получение навыка выражения себя с помощью творчества и игровых форм деятельности.
* Приобретение навыка формирования активной жизненной позиции.
* Возможность осознания ценности собственной личности.
* Получение возможности усиления позитивного отношения, как к себе, так и к своему ребенку (детям).

**Формы проведения занятий** - тренингов: групповая и индивидуальная.

**Методы, используемые в коррекционной работе:**

1. Сказкотерапия; прием - сочинение сказок (как взрослых, так и детских), переписывание сказок.

2. Арттерапия; прием - свободное рисование, психодрама.

3. Игротерапия.

4. Психотренинг + релаксация.

Коррекционная программа рассчитана на 12 занятий, каждое из которых длится 60 минут. Занятия проводятся 1 раз в неделю (4 раза в месяц). Реализация программы осуществлялась с 1 февраля 2015 года по 31 мая 2015 года.

**Программа занятий тренинга по формированию адекватной самооценки**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Дата** | **Метод коррекционной работы** | **Тема** | **Цель** | **Форма работы** |
| Февраль | Вводное занятие. Психотренинг | «Давайте, знакомиться» | Установление контакта с участниками. Создание доверительной атмосферы, достижение взаимопонимания в целях работы программы. | Групповая |
| Февраль | Игротерапия | «Пустыня» | Сплочение коллектива с помощью игры «Пустыня». | Групповая |
| Февраль | Психодрама | «Самооценка» | Осознание возможности формирования адекватной самооценки. | Групповая |
| Февраль | Арттерапия | «Я – есть Я! | Снятия закомплексованности, тревожности средствами арттерапии. | Индивидуальная |
| Март | Сказкотерапия | «Женское счастье» | Коррекция личных качеств, формирование собственного мнения, посредством сказкотерапии. | Групповая |
| Март | Театрализация | «Мамина сказка», посвященная празднику 8 марта. | Формирование доброжелательного отношения к своим детям, через организацию и активное участие в постановке театрального номера. | Групповая; совместная деятельность с детьми |
| Март | Психотренинг + релаксация | «Проблемная ситуация» | Тренировка навыков оценки проблемной ситуации. | Индивидуальная |
| Март | Арттерапия; прием - свободное рисование | «Это Я» | Выразить себя с помощью рисования своего автопортрета и рассказа о себе. | Индивидуальная |
| Апрель | Психотренинг + релаксация | «Полет белой птицы» | Возможность усилить позитивное отношение к себе, укрепляя тем самым фундамент самооценки ребенка. | Групповая |
| Апрель | Игротерапия | «Я люблю» | Тренировка навыков выражать свои ощущения и высказывать окружающим свою точку зрения. | Групповая |
| Апрель | Арттерапия; прием - свободное рисование, психодрама | «Мое будущее» | Навыки формирования активной жизненной позиции. | Групповая |
| Апрель | Психотренинг + релаксация | «Толерантность и я» | Изучение и анализ собственной толерантности и толерантности друзей в группе. | Групповая |
| Май | Консультация | «Я не лучше всех, я не хуже всех, но и я не такая, как все!» | Выявления положительных и отрицательных сторон воспитания собственного ребенка. | Индивидуальная |
| Май | Драматизация | «Мы вместе!» Посвященное празднику 9 мая. | Формирование сплоченности, дружеских отношений между матерью и ребенком, через принятия участия в общешкольном мероприятии. | Групповая; совместная деятельность с детьми |
| Май | Диагностическое обследование | 1. Тест «Нахождение количественного выражения уровня самооценки (по С.А. Будасси)»  2.«Исследование самооценки по методике Дембо-Рубинштейн в модификации А. М. Прихожан» | Контрольный эксперимент уровня самооценки, после проведенной коррекционной работы. | Индивидуальная |
| Май | Чаепитие, круглый стол, дискуссия | «Как здорово, что мы вместе!» | Подведение итогов коррекционной программы. Анализирование, рекомендации, обмен опытом. | Групповая; совместная деятельность с детьми |